

Update 10-8-2020

Nieuwe workshops spiertesten!

Ha, deze workshop overtreft mijn stoutste dromen ☺
Echt te leuk om te doen!

Het geven van deze workshop vond ik best spannend!
Waarom? Omdat ik het resultaat niet echt in eigen hand heb.

Het slagen van deze workshop is grotendeels afhankelijk van de deelnemers zelf. Hoe 'gevoelig' zijn de deelnemers. Hoe 'open' sta je voor VOELEN van jezelf en van anderen. Durf je op je gevoel af te gaan of zit je nog te veel 'in je hoofd'. Allemaal dingen die meespelen.

Wanneer je niets voelt, dan wordt het lastig om te bepalen welke voedingsmiddelen, gedachten, manieren van bewegen etc etc goed voor je zijn (op dit moment). Het is altijd een moment opname.

Wanneer je bv supplementen wil gaan testen wat je lichaam of geest nodig heeft geldt dat niet voor altijd. Om een voorbeeld te geven. Wanneer je op dit moment zou gaan testen of je vitamine D nodig hebt, zal dat waarschijnlijk via het spiertesten op een 'NEE' uitkomen. Wanneer je namelijk met dit prachtige weer regelmatig buiten komt doe je voldoende vitamine D op. Maar wanneer je het in de winter zou testen, komt je waarschijnlijk op een 'JA' uit. Dan staat de zon immers te laag om via de huid zelf vitamine D aan te kunnen maken.

Maar tot nog toe hebben alle deelnemers het fantastisch gedaan. De één heeft er meer gevoel voor dan de ander, maar iedereen heeft toch goed kunnen voelen wat voor interventies ze kunnen gebruiken om het immuunsysteem een boost te geven.

Er kwamen vaak ook verrassende (voor henzelf) resultaten uit. Echt heel leuk om dat mee te maken.

Ik vind het echt een enorm leuke workshop om te geven. Niet alleen de deelnemers krijgen een hoop antwoorden, maar ik krijg er zelf ook veel energie van om het te geven. Dit smaakt dus naar meer. Vandaar dat ik deze workshop vaker ga geven. Zie hiervoor de agenda aan het einde van de nieuwsbrief.

Lieve Iñez,

Toen ik de nieuwsbrief van Iñez las over de workshop spiertesten was ik gelijk enthousiast! Op één of andere manier trok de workshop me direkt aan, ik was ook wel weer toe aan een uitdaging na de Coronatijd! Ik heb geen moment spijt gehad! Ik vond het een goede, duidelijke workshop, waarin je veel informatie kreeg en waarin ook heel veel tijd was om hetgeen je leerde direct toe te passen! Het was eerst wat onwennig om te testen, maar hoe langer je bezig was hoe zekerder je werd en hoe leuker het werd! Het is niet moeilijk, gewoon luisteren naar je lichaam, die geeft het antwoord op de vragen die je hebt d.m.v. spiertesten! En het fijne is dat iedereen het toe kan passen, mits je er open voor staat! Ik vond dat Iñez de workshop ook dit keer weer op een fijne en duidelijke manier gaf en, door haar kennis over te brengen, ons ook heel enthousiast maakte! Dank je wel Iñez voor deze inspirerende workshop die ik met veel plezier gevolgd heb! Ook mijn oefenmaatjes Laura, Marceline en Marlène wil ik bedanken voor de fijne samenwerking!

Liefs en groetjes
Anja van Welzenis

De dreiging van de 'New World Order'

Prof. Bob de Wit

Professor of Strategic Leadership bij Nyenrode Business Universiteit en onderzoeker gericht op de digitale revolutie

Wauw, wat een verhaal zet deze professor neer. Hij is één van de 25 knappe koppen van het 'BREAK OUT TEAM' die een weloverwogen POSITIEF geluid willen laten doorklinken naar de overheid om samen tot de juiste beslissingen te komen.

Wie zijn de leden van het Break Out Team?

Het Break Out Team is tot stand gekomen met het uitgangspunt dat de coronacrisis niet alleen een zorgopgave is, maar ook een maatschappelijk en economische uitdaging. We kunnen een samenleving niet aansturen op basis van alleen de IC-capaciteit. We moeten breder en dieper kijken. Wij willen met een aantal creatieve geesten ideeën genereren voor een intelligente lock-up, mogelijke denkrichtingen verkennen voor de post-corona samenleving en economie. Welke kansen en mogelijkheden zijn er al in de onderstroom die we kunnen gebruiken?

Wij vertegenwoordigen als Break Out Team geen belang of achterban, maar acteren op persoonlijke titel. We willen zo concreet mogelijk worden en ons creatief en strategisch brein en gevoel zo goed mogelijk inzetten om anderen te inspireren en een wenkend perspectief te bieden.

Het gaat bij deze mensen om een zoektocht van POST-CORONA tijdperk.

Hoe gaat onze samenleving er uit zien? Moeten we gedwee als een kudde makke schapen de maatregelen en adviezen blijven volgen die de overheid (en eigenlijk de WHO) ons oplegt of is het misschien verstandig om iets breder te kijken?

Naar wat voor samenleving wensen we te gaan. Dat er verandering plaatsvindt is wel overal voelbaar. Maar willen we net als in China nu al het geval is alleen recht hebben op een paspoort en scholing voor onze kinderen wanneer we genoeg punten hebben verzameld? Dus of we ons

hebben gedragen en een bijdrage hebben geleverd aan de maatschappij? Wie bepaald dan of je goed hebt gedaan of niet? Nu vindt er ook aan de lopende band censuur plaats. Wat mag je dan wel zeggen en wat niet? Wanneer doe je goed, wanneer niet? Wanneer ben je dus punten aan het sparen of wanneer 'versnoep' je ze weer?

Mij lijkt dat niet echt een optimale situatie. Er is dan helemaal geen sprake meer van een democratie. Ook nu vind ik het best spannend om dit naar voren te brengen, maar we voelen allemaal de verandering. Dit maakt dat we onzeker zijn, angstig worden. Maar kunnen we niet iets doen?



Unique Corona nieuwsbrief nummer 39 (10-8-2020)

Kunnen we zelf een liefdevolle maatschappij creëren met veel saamhorigheidsgevoel en waar iedereen gelijk is. Nu lijkt het er op dat maar een klein deel van de wereldbevolking (1% wel te verstaan) al het kapitaal naar zich toe trekt en daarmee de macht over de rest van de bevolking dreigt te krijgen.

Professor Bob de Wit weet in heel simpele bewoordingen, vanuit de geschiedenis van een aantal eeuwen van veranderingen in maatschappelijke cultuur, duidelijk te maken wat er speelt.

Maar nog mooier: hij weet ook een hele **MOOIE NIEUWE WERELD** voor te leggen die we zelf kunnen creëren. Of ik nu

werkelijk gelukkig moet worden van robotten die ons voedsel gaan fabriceren weet ik niet, maar de technologie biedt kennelijk wel voor iedereen mogelijkheden voor een gelukkig en vredig leven.

Daarom voel me toch geroepen om de mogelijkheden voor te leggen. Wanneer we inzien waar we naar toe gaan kunnen we zelf het heft weer in eigen hand gaan nemen en van koers gaan wijzigen. (indien je dat wenst natuurlijk). Maar dan moet je wel weten van wat er achter de schermen aan de hand is.

Nogmaals iedereen voelt de verandering in energie wel, maar kan er niet echt de vinger op leggen.

De 25 mensen uit het Break Out Team dragen allemaal hun eigen steentje bij, vanuit hun eigen expertise, om u en allerlei andere instanties zoals ook de overheid, te informeren en adviseren. Ze doen dit wel vanuit een eenheid en niet ieder voor zich.

Ze doen dit vanuit liefde voor de medemens en niet vanuit het veroveren van een machtspositie, winstogmerk of iets dergelijks. Heel mooi initiatief.

Voor wat voor maatschappij kies jij?

Hieronder de linke om naar deze zeer aanbevelingswaardige video te kijken. Kijk hem echt tot het einde, want daar zit de POSITIEVE boodschap. Ik werd er weer blijer van.

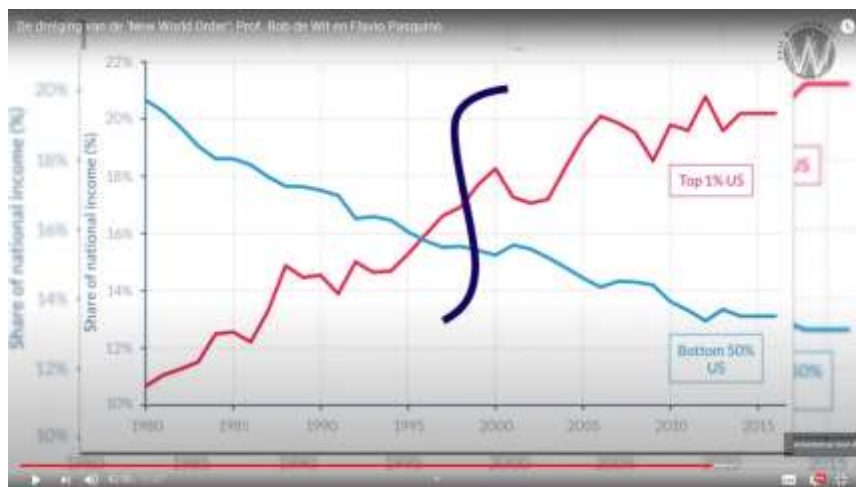
<https://youtu.be/BdX0quM9eHQ>

.....

Bang voor de 2e golf?

We kennen de toekomst (nog) niet en daar kun je onzeker en angstig van worden. Toch is vanuit angst reageren een minder goed plan. Het zwakt je af en maakt je uiteindelijk vatbaarder voor ziekten.

Vertrouwen op ons "gewone" boerenverstand werkt vele malen beter dan blind te vertrouwen op de eindeloos repeterende angstaanjagende berichtgevingen van de



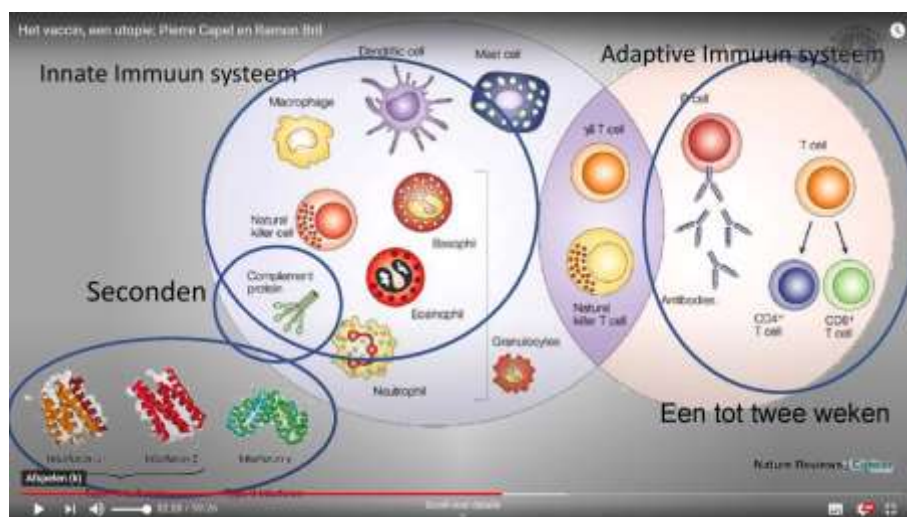
media. Doorzie de leugens en vind jouw waarheid. Makkelijker gezegd dan gedaan?

Hier een aantal tips om te kunnen handelen vanuit gezonde verstand, maar ook om bij jezelf te blijven.

- Probeer in het NU te zijn, leef alsof het je laatste dag is en geniet van alle moois.
- *Zorg in eerste instantie goed voor jezelf. Voed je lichaam en geest met het juiste. Zuiver je voedingswijze en leef puur natuur*
- Neem de tijd om te ontspannen.
- Ga de natuur in en laad jezelf op met deze krachtige helende oerkracht.
- Vermindering van media geeft meer rust. Probeer constante Corona-verhalen te vervangen door oplossingsgerichte taal. Draai situaties om. (de video van professor Bob de Wit vind ik daar een mooie van)
- Blijf scherp en helder in wat er zich aandient, maar blijf ook nuchter. Laat jouw eigen waarheid jouw meester zijn in benarde situaties.
- Zorg voor een goed gevuld "just in case" gezondheids-bevorderend pakket. Let hierbij goed op de houdbaarheid van deze producten.
- Creëer je eigen unieke wereld met fijne liefdevolle mensen om je heen. Lach, zing, dans en maak grappen.
- Ga groenten en fruit kweken, zorg voor kennis van wilde eetbare planten. Deel jouw kennis.
- Ontdoe je van spullen die je niet meer dienen. Dit ruimt op alle niveaus enorm op.
- Denk met alle aankopen hoe jij deze de aarde kan ontlasten. Kies voor milieubewust, ecologisch, biologisch en mogelijk biodynamisch.

Vertrouw jouw eigen inzicht en je perfecte immuunsysteem

Hieronder wordt door professor Pierre Capel een duidelijk beeld geschept hoe je immuunsysteem werkt en het belang van een goed werkend immuunsysteem. Wanneer dit namelijk goed functioneert heb je zeker geen Coronamaatregelen nodig. Maar je immuunsysteem is er natuurlijk niet alleen voor deze virus.



Je kan je immuunsysteem zelf ook nog, preventief of curatief, een handje helpen door één of meerdere van de workshops en/of cursussen te volgen. Doe er je voordeel mee. Zie voor de verschillende mogelijkheden de agenda aan het einde van deze nieuwsbrief.

Professor Pierre Capel belicht verschillende facetten van de huidige Corona maatregelen



Pierre Capel is prof. in de immunologie, is **de uitvinder van de immuuntherapie** en heeft mooi boek geschreven over het emotionele DNA en de effecten van meditatie, emoties, yoga, ontspanning en mindset op je immuunsysteem en hoe je DNA / telomeren (uiteinden van DNA die min of meer bepalen hoe oud je kan worden) verandert. Hij vertelt o.a. hoeveel DNA schade er ontstaat door de 1 ½ meter maatschappij. Wat deze professor eigenlijk zegt is dat je **JUIST DOOR DE 1½**

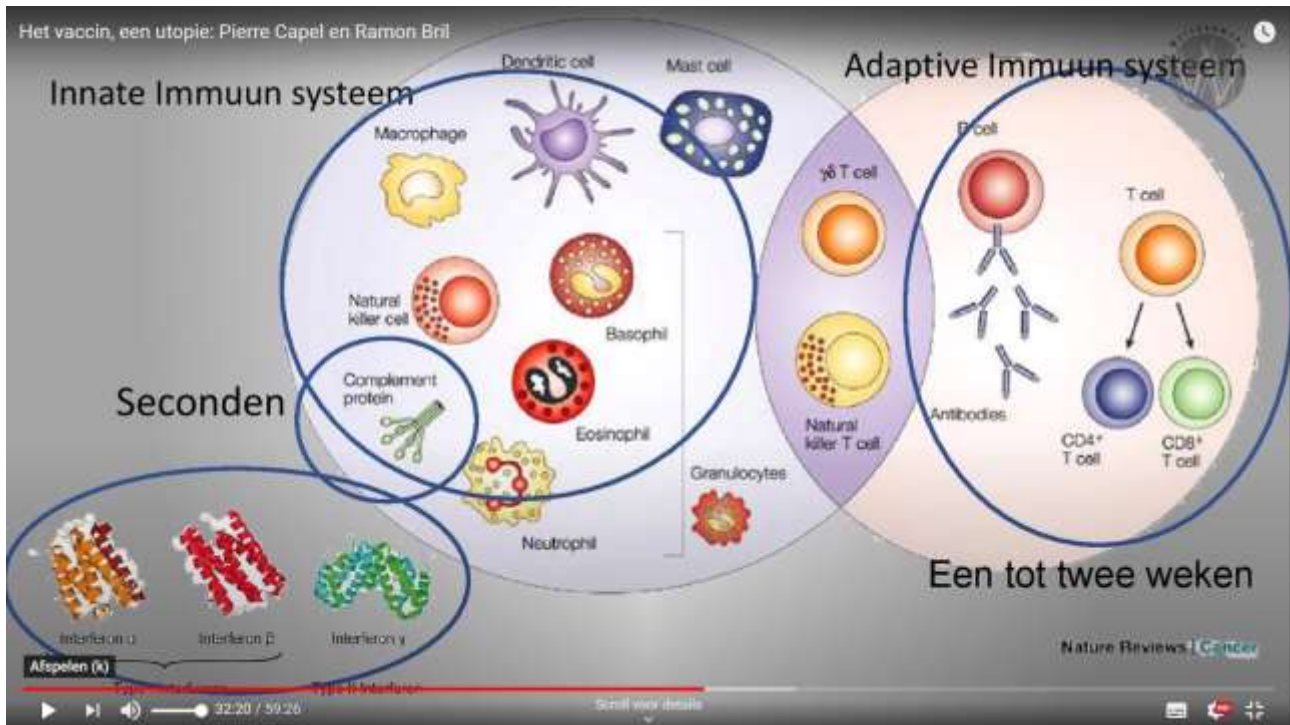
METER MAATSCHAPPIJ, 'HET NIEUWE NORMAAL', SNELLER EN ERNSTIGER ZIEK WORDT. En dan te



bedenken dat deze maatregel in de eerste plaats vóór de volksgezondheid is ingeroepen. Interessant om dit op deze manier te horen. Was voor mij ook weer een eye-opener. Wat ook duidelijk wordt gemaakt in deze video dat niet alleen wij (de huidige generatie) 'last' hebben van deze vereenzamende maatregel die een vorm van angst inboezemt, maar dat we dat ook doorgeven aan de volgende generaties. Dus we hebben hier m.a.w. nog honderden jaren last van. Dan rijst bij mij wederom de vraag: wat zijn we toch aan het doen? Zou het niet wijs zijn om de maatregelen, met deze wetenschap, nog eens onder de loep te nemen? Richten we op deze manier niet nog meer schade aan onze gezondheid? Volgens de professor zijn de maatregelen niet alleen financieel-economisch, maar ook sociologisch en biologisch beschadigend. We kunnen lichaam en geest, fysieke lijf en emoties dus echt niet uit elkaar houden! (dit is wat ik je ook leer wanneer je de workshop spiertesten gaat doen 😊)

Ook een mooie uitleg over het immuunsysteem. Hoe het bij IEDEREEN werkt! Met daarbij de uitleg wat de zin/onzin is voor een vaccinatie.

Unique Corona nieuwsbrief nummer 39 (10-8-2020)



Hieronder zie je de stamboom van het coronavirus (met rechtsboven 'het zonnetje' de start van **januari tot 10 maart 2020**). Er zijn dus in een paar maanden tijd uit het oorspronkelijke virus al honderden mutaties opgetreden. Met andere woorden: wanneer er een vaccin is voor het ene virus, is die al weer gemuteerd naar een ander virus, waar het vaccin in het geheel geen invloed op heeft. Hoe nuttig, of liever gezegd ONZINNIG is het dan om naar een vaccin voor dit virus te gaan kijken? (hele heldere uitleg in deze video!)



Mijn vriendin heeft les van hem gehad in de kwantumfysica waar hij zich ook mee bezig houdt. Volgens haar is prof. Pierre Capel een bijzonder lieve benaderbare gelijkwaardig en integer persoon. Hij probeert samen met Maurice de Hond, Willem Engel etc bewustwording tav Corona etc te brengen.

Ik vond het zeker de moeite waard om te beluisteren. Doe er je voordeel mee. Ook zeker in je besluitvorming of je straks wel of niet mee wil doen met een vaccinatie!
Klik hieronder voor het interview.

https://youtu.be/IO_fOhNQ_j4



even een beeld over de verhoudingen in dodenaantallen van verschillende 'ziektes'

Mooie meditaties

Wil je gewoon even lekker tot rust komen en je energie weer voelen stromen? Doe dan één van onderstaande meditaties van Bonnie Bessem. Zij psychoog en bovenal medium. Ze communiceert met de andere zijde o.a. haar vader (voormalig huisarts).

Ze heeft op youtube prachtige levensinitiaties, hoe je in je midden blijft nu in Coronatijd, meditaties etc. Ze is een bron van wijsheid en liefde. Ik denk dat je door haar inzichten net dat stukje steun zult vinden en wellicht ook herkenning vindt wanneer je je net als ik toch wat zorgen maakt over de maatregelen betreffende corona in het bijzonder, maar ook wat betreft de samenleving, de maatschappij waarin we komen te leven..



De Zon Meditatie van Levensinspiratie - LevensCollege op #SoundCloud

<https://soundcloud.com/levenscollege/de-zon-meditatie>

Meditatie van de Leeuwenpoort

<https://youtu.be/aWaHgR8ahps>

Agenda Unique Therapie:

Rugfitlessen (elke week)

Maandag 17,00 – 18.00 uur
Donderdag 17.00 – 18.00 uur

Workshop Spiertesten

NIEUW!

zaterdag 19 en zondag 20 september 12.00 – 17.00 uur
dinsdag 21 en woensdag 22 september 12.00 – 17.00 uur

Workshop in 1 dag je vitaliteit optimaliseren

Maandag 31 augustus 2020 9.00 – 16.30 uur inloop 8.30 uur
Zaterdag 5 september 2020 9.30 – 17.00 uur inloop 9.00 uur

Cursus in 10 weken je gezondheid in eigen hand

Maandag 14-9 t/m 13-11 19.00 – 20.15 uur
Dinsdag 15-9 t/m 14-11 9.00 – 10.15 uur

Workshop Juno Burger: The Invitation bij de Lichtplaats

Zaterdag 10 oktober 14.00 – 16.30 uur inloop 13.30 uur

Therapie en massage op afspraak

Op maandag, woensdag, donderdag en vrijdag

Lieve, Gezonde groet

Piet en Iñez

